

6月の予定 北新宿第二地域交流館

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					健やか体操⑦ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 初級 フランス語サロン 午前10:30~12:00 ◎当日参加OK 映画鑑賞会 「お茶漬の味」 午後1:30~ ◎当日参加OK	みんなで運動会 会場：淀四小学校 午前9:30~12:30 ☆お申込みください。
						
3	4	5	6	7	8	9
	新宿いきいき体操 午前10:00~11:00 ◎当日参加OK イキイキ喫茶 午前11:00~12:00 ◎当日参加OK 高齢者マッサージサービス 午後1:00~5:00 ☆要当日申込み	手話講座 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。	のびのび体操⑧ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 児童交流 紙ねん土工作 かわいい小物入れ 午後3:30~4:30 ☆お申込みください。	じっくり ストレッチ⑧ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。	健やか体操⑧ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。	脳トレ教室 午前10:00 ~11:30 ◎当日参加OK 囲碁・将棋サロン 午後2:00 ~4:00 ◎当日参加OK
10	11	12	13	14	15	16
カラオケ開放 午後1:00 ~4:00 ◎当日参加OK	新宿いきいき体操 午前10:00~11:00 ◎当日参加OK イキイキ喫茶 午前11:00~12:00 ◎当日参加OK カラオケ歌唱講座 午後2:00~4:00 ◎当日参加OK	ワクワク ぬり絵サロン 午前10:30~12:00 ◎当日参加OK	のびのび体操⑨ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 気軽に川柳講座③ 午後1:00~3:00 ※受付終了しました。 ボランティアサロン 午後3:00~4:00 ◎当日参加OK	じっくり ストレッチ⑨ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。	健やか体操⑨ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 初級 フランス語サロン 午前10:30~12:00 ◎当日参加OK	
17	18	19	20	21	22	23
	新宿いきいき体操 午前10:00~11:00 ◎当日参加OK イキイキ喫茶 午前11:00~12:00 ◎当日参加OK	手話講座 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。	のびのび体操⑩ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 ありがとう広場 ①午前10:30~11:30 ②午後2:00~3:00 ◎当日参加OK 食べる幸せ いつまでも 午後2:00~3:00 ☆お申込みください。	じっくり ストレッチ⑩ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。	健やか体操⑩ 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 脳トレ教室 午後1:30~3:00 ◎当日参加OK	8月分 団体利用申請 受付開始 囲碁・将棋サロン 午後2:00 ~4:00 ◎当日参加OK
24	25	26	27	28	29	30
カラオケ開放 午後1:00 ~4:00 ◎当日参加OK	新宿いきいき体操 午前10:00~11:00 ◎当日参加OK イキイキ喫茶 午前11:00~12:00 ◎当日参加OK カラオケ歌唱講座 午後2:00~4:00 ◎当日参加OK	ワクワク ぬり絵サロン 午前10:30~12:00 ◎当日参加OK	のびのび体操(終) 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 気軽に川柳講座(終) 午後1:00~3:00 ※受付終了しました。 ボランティアサロン 午後3:00~4:00 ◎当日参加OK	じっくり ストレッチ(終) 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。	健やか体操(終) 午前10:00~11:30 ※受付終了しました。 ボッチャ交流試合 午後2:00~3:30 会場：西新宿シニア 活動館 ☆お申込みください。	



北第二☆毎日体操は
毎日
12:15~12:45開催!

お風呂 交流の場としてご提供しています。

午後12:00~3:00

女性…月・水・金曜

男性…火・木・土曜

利用証を必ずご持参の上、入浴前に受付簿にご記入ください。安全に留意しご利用ください。

高齢者マッサージサービス (有料)

日程：6月4日(月)

実施時間：午後1:00~5:00

予約受付は当日午前9:00~。先着順。

お電話・FAXもしくは当館事務所にてお申込みください。

料金：30分 1,000円(お一人1時間まで)。